



Palokangas Iina

Musiikillisen luovan tuottamisen vaikutus minäkuvaan

Kandidaatintutkielma
KASVATUSTIETEIDEN TIEDEKUNTA
Musiikkikasvatuksen koulutus
2019

Oulun yliopisto

Kasvatustieteiden tiedekunta

Musiikillisen luovan tuottamisen vaikutus minäkuvaan (Iina Palokangas)

Kandidaatintutkielma, 25 sivua

Toukokuu 2019

Tämä kandidaatintutkielma käsittelee musiikillisen luovan tuottamisen tapojen kuten säveltämisen, laulunkirjoittamisen ja improvisoinnin vaikutuksia minäkuvan kehitykseen. Tutkielman tavoite on tarkastella luovan tuottamisen ja itseilmaisun merkitystä sille, mitä yksilö ajattelee itsestään ja mahdollisuuksistaan vaikuttaa ympäristöönsä. Luovuuden, minäkuvan ja musiikillisen luovan tuottamisen käsitteisiin pohjautuva tutkielma on kuvaileva kirjallisuuskatsaus aiheesta tehtyihin kansainvälisiin ja kotimaisiin tutkimuksiin.

Tutkielma osoittaa, että musiikillisen luovan tuottamisen ollessa tekijän omista motiiveista lähtevää hänelle itselleen merkityksellistä ilmaisua, sillä on vaikutus minäkuvan muodostumiseen. Musiikillinen luova tuottaminen tuo näkyväksi tekijän minuutta, joka herättää minätietoisuutta, itsetuntemusta ja tätä myötä myös vahvistaa yksilön eheää minäkuvaa.

Avainsanat: musiikillinen luova tuottaminen, lauluntekeminen, luovuus, minäkuva, itseilmaisus

Sisältö

1	Johdanto.....	4
2	Mitä on luovuus?	6
2.1	Persoona, prosessi, produkti ja ympäristö.....	6
2.2	Luovuuden tutkimus ja teorialat	8
2.2.1	Amabilen komponenttiteoria	9
2.2.2	Taylorin luovan prosessin teoria.....	10
3	Minäkuva.....	11
3.1	Identiteetti, minäkuva ja itsetunto.....	11
3.2	Minäkuvan muodostuminen	12
3.3	Minäkuvan merkitys	13
4	Musiikillinen luova tuottaminen ja minäkuva	14
4.1	Musiikillisen luovan tuottamisen määritelmä	14
4.2	Luovan tuottamisen vaikutukset minäkuvaan	15
5	Pohdinta	19
	Lähteet.....	22

1 Johdanto

Vaikka luovat toimintatavat ovat olleet kirjattuna valtakunnallisissa opetussuunnitelmissa jo vuosikymmenten ajan, on opetus oppilaiden oman *musiikillisen luovan tuottamisen* sijaan keskittynyt muiden tekemien kappaleiden esittämiseen ja kuunteluun (Partti & Ahola, 2016, 9). Tarpeesta muuttaa ajattelumallia, jossa vain ammattisäveltäjä voi luoda uutta musiikillista materiaalia, on viime vuosien aikana syntynyt useita osallisuutta ja luovaa tuottamista painottavia musiikkikasvatushankkeita, kuten Teoston BiisiPumppu ja Ihan oma juttu –kouluprojektit, Taideyliopiston Sibelius-Akatemian Kuule, minä sävellän! sekä Metropolia Ammattikorkeakoulun SÄPE – Säveltämisen pedagogiikan koulutus opettajille.

Kaikki luova tuottaminen on vahvasti yhteydessä minuuteen. Mikään ihmisen teko on harvoin vain teko, eivätkä tekemämme sävellykset ole vain joukko ääniä. Ne ilmentävät itseämme ja tapaamme olla tehden näkyväksi minuuttamme. (Kurkela, 1993, 201-202.) Itsensä tunteminen ja eheä *minäkuva* on itsensä arvokkaana ja hyväksyttynä näkemistä, kykyä arvostaa muita, taitoa ottaa vastuu oman elämän ratkaisuista ja työkalu selvittää myös epäonnistumisen hetkistä (Keltikangas-Järvinen, 1994; 2017, 18-25). Tämän vuoksi on mielestäni merkityksellistä tarkastella kuinka musiikillinen luova tuottaminen vaikuttaa yksilön kuvaan itsestään.

Kandidaatintyössäni käsittelen luovuutta persoonan, prosessin, produktin ja ympäristön näkökulmasta. Luovuuden teorioista esittelen luovaan persoonaan ja ympäristöön katseensa kohdistavan Amabilen komponenttiteorian (1983; 1990) sekä prosessiin ja produktiin keskittyvän Taylorin luovan prosessin teorian (1959). Valitsin nämä teorial, sillä yhdessä ne kattavat kaikki neljä yllämainittua luovuuden näkökulmaa. Minäkuvaan lähestyn Ojasen (1994) mallin mukaan, jossa hän jakaa minuuden kolmeen osatekijään: identiteettiin, minäkuvaan ja itsetuntoon. Kandidaatintyöni lopussa käsittelen musiikillisen luovan tuottamisen vaikutusta minäkuvaan aiheesta kansainvälisesti ja kotimaassa tehtyjen tutkimuksien kautta. Pohdinnassa yhdistän löytämiäni tutkimustuloksia teoreettisiin viitekehyksiin luovuudesta ja minäkuvasta sekä omaan kokemukseeni musiikintekijänä.

Itselleni aihe on tärkeä oman musiikillisen matkani vuoksi. Olen tällä hetkellä musiikkiani itsenäisesti julkaiseva laulaja-lauluntekijä. Vuodesta 2017 alkaen olen järjestänyt Oulussa lauluntekijöiden musiikkiin keskittyvää Taustatarinaklubia. Opintopolkuni on kulkenut peruskoulun musiikkiluokilta musiikkikasvatuksen opiskelijaksi musiikkilukion ja musiikin ammatill-

sen koulutuksen kautta, joissa kummassakin minua kannustettiin kirjoittamaan lauluja ja etsimään omaa ääntäni. Nuo vuodet aktiivisen luovan työn parissa olivat tärkeää aikaa laulun tekijäidentiteetin syntymisen kannalta, mutta merkityksellisiä myös minäkuvan ja itsetuntemuksen kehittymiselle nuoruuden ja aikuisuuden rajapinnalla. Ajattelen laulunkirjoittamisen olevan jatkuvaa reflektointia siitä, kuka minä olin eilen, kuka olen tänään ja kuka haluan olla huomenna. Toisaalta se on myös leikki, jossa voin päättää hetkeksi olevani joku toinen, testata hänen arvojaan ja ymmärtää hänen tarinaansa.

Kandidaatintutkielmani tavoite on tutkia suomalaisessa musiikkikasvatuskentässä jatkuvasti suurempaa jalansijaa saavan musiikillisen luovan tuottamisen mahdollisia vaikutuksia minäkuvan kehitykselle. Tehtyjen havaintojen avulla on mahdollista hahmottaa luovuuden ja itseilmaisun merkitystä yksilölle sekä perustella sitä, miksi säveltämisen, laulun tekemisen ja improvisoinnin tulisi olla jokaisen saavutettavissa.

2 Mitä on luovuus?

Kirjallisuudessa yleisesti käytetty määritelmä luovuudesta on kyky tuottaa uusia omaperäisiä oivalluksia (Ruth, 1984, 15). Kurkela kuvaa luovuuden syntyvän vapaudesta olla toistamatta menneisyyttä automaattisesti (Kurkela, 1993, 396). Laajalti käytetyn nelijaon mukaan luovuutta voidaan tarkastella persoonan, prosessin, produktin sekä luovaan suoritukseen vaikuttavan yksilön ja ympäristön välisen suhteen kannalta (Uusikylä, 2012, 59).

2.1 Persoonat, prosessi, produkti ja ympäristö

Luovat persoonat ovat usein herkkiä, uteliaita, riippumattomia sekä tietoisia sisäisestä ja ulkoisesta maailmasta. Luoville persoonille leimallista on, että heidän ajattelunsa ja tapansa toimia voi olla paikoin epäsovinnaisia, mikä osaltaan auttaa johtamaan uusiin oivalluksiin. Luovat yksilöt eivät tavoittele toimintatavoillaan neutraaliutta, vaan uskaltavat käyttää ilman syyllisyydentuntoa persoonallisuutensa ääripäitä. (Uusikylä, 2012, 93, 95.)

Csikszentmihályi kuvaa kymmenen vastakkaisen adjektiiviparin avulla luovien yksilöiden persoonallisuuden eri puolia, joita ovat energinen–laiska, älykäs–lapsellinen, leikkivä–kurinalainen, fantasioiva–realistinen, ekstrovertti–introvertti, nöyrä–ylpeä ja maskuliininen–feminiininen, traditionaalinen–kapinallinen, intohimoinen–objektiivinen ja kärsivä–nauttiva. Nämä persoonallisuuden puolet auttavat yksilöitä heidän luovassa työssään. Luovan ihmisen on uskallettava leikkiä materiaaleilla ja ajatuksilla, mutta tehtävä myös kurinalaisesti töitä, jotta produkti ei jää vain leikin tasolle. (Csikszentmihályi, 1997, 58-76; Uusikylä, 1999, 56-57.)

Luovat prosessit ovat yksilöllisiä ja niiden kesto voi vaihdella ainakin näennäisesti nopealta vaikuttavista oivalluksista vuosikymmenien prosesseihin (Uusikylä, 2012, 119). Tiedollisten elementtien lisäksi luovaan prosessiin kytkeytyy tunne-elementtejä, jotka voivat osaltaan hidastaa tai edesauttaa luovan produktin syntymistä (Uusikylä, 2012, 122). Vuonna 1926 Graham Wallas on jakanut luovan ajattelun neljään vaiheeseen, jotka ovat edelleen kirjallisuudessa yleisesti käytettyjä. Ensimmäinen vaihe on valmistautuminen ja luovaa ratkaisua vaativan ongelman löytäminen, toisessa hautomisvaiheessa ajatus kypsyy alitajunnassa. Kolmas vaihe on oivallus eli ratkaisujen löytyminen ja viimeisenä luovan prosessin vaiheena nähdään todentaminen, jossa ajatteluprosessin tulosta analysoidaan. (Uusikylä, 2012, 120.)

Toisinaan luovan prosessin aikana saavutettava *flow* syntyy, kun tekijä haastaa itseään sopivasti hänelle tärkeän aiheen parissa. Toiminta tuntuu muuttuvan automaattiseksi, itsetietoisuus ja liiallinen kritiikki omaa työtä kohti katoaa. Flow-tilan kokeneet kuvaavat työskennellessään unohtaneensa ajantajun ja paikan, työskentelyn jälkeen he ovat kertoneet tunteneensa onnellisuuden tunnetta. (Csíkszentmihályi, 1997, 110-113, 121, 123.)

Osittain mahdollisesti tiedostamatontakin yksilön luovan prosessin tuotosta kutsutaan nimellä *produkti*. Luova produkti voi olla esimerkiksi musiikkikappaleen säveltäminen, keksintö tai kyky muuttaa ajattelutapaa sosiaalisissa haasteissa. (Uusikylä, 2012, 59.) Kysymys siitä, kuinka keskeinen tekijä produkti luovuustutkimuksissa on, nostaa esiin erimielisyyksiä behavioristisen ja fenomenologisen ajattelutavan välillä. Behavioristinen tutkimussuunta ajattelee, että luovan prosessin lopputuotteen eli produktin on oltava näkyvä ja mitattavissa, jotta luovuutta voidaan osoittaa olevaksi. Fenomenologiselta kannalta tarkasteltuna ihmisen luovuus voi näkyä ilmiöistä, jotka eivät ole suoraan mitattavissa, kuten kyvystä ylläpitää ja solmia ihmissuhteita. (Ruth, 1984, 29-30.)

Neljäs tarkastelukulma luovuuteen on *ympäristö* ja sen luoma paine tai kannustus luovalle yksilölle. Salliva ja suvaitsevainen ympäristö antaa tilaa yksilön omalle ilmaisulle ja odottamattomillekin kokeiluille, jotka voivat johtaa urauurtaviin tuotteisiin. Vastaavasti ilmapiiri, joka on täynnä paineita ja odotuksia voi tukahduttaa yksilön luovuuden. (Kurkela, 1993, 403.) Lapsen ja nuoren elämänpiirissä tärkeässä osassa on koulu, jossa opettajien tärkeä tehtävä on järjestää luova tila, missä oppilas turvallisessa ilmapiirissä voi etsiä omia oivalluksiaan (Kurkela, 1993, 405).

Joissain kulttuureissa luovan tilan fyysistä kauneutta pidetään luovuutta synnyttävänä. Tälle ei kuitenkaan ole löydetty tieteellisiä todisteita, joten tärkeämpänä voidaan pitää luovuudelle avoinna olevaa mieltä, joka mahdollisesti voisi löytää inspiraatiota fyysisen ympäristön ärsykeistä. (Csíkszentmihályi, 1997, 135-136). Henkisen luovan tilan ylläpitämiseksi luovilla persoonilla on omanlaisiaan strategioita: toiset tarvitsevat säännöllisen uni-, ruokailu- ja työskentelyrytmin, toisten luovuus syntyy vapaasti ajassa ja vapaudessa kelluen (Csíkszentmihályi, 1997, 145).

Useilla itseään luovuusvalmentajiksi tituleeraavilla taiteilijoilla on omat vinkkinsä luovan mielen herättämiseen ja ylläpitämiseen. Omassa luovassa työssäni käytetyimpiä ovat olleet kirjailija Julia Cameronin tunnetuksi tekemät aamusivut ja taiteilijatreffit, joiden tavoite on säännöl-

listen harjoitusten avulla pitää luova prosessi käynnissä. Aamusivut ovat aamuisin kirjoitettavaa tajunnanvirtaa luovan mielen aktivoimiseksi. Taiteilijatreffeillä ihminen kohtaa oman sisäisen taiteilijansa ja etsii virikkeitä luovuudelleen. Ne voivat olla omaa aikaa esimerkiksi luonnossa, konsertissa tai museossa. (Cameron, 1992; 2007, 31, 44-46.)

2.2 Luovuuden tutkimus ja teoriat

Luovuutta on pyritty ymmärtämään ja teoretisoimaan kautta aikojen. Platon puhui mystisestä jumalallisesta inspiraatiosta, mutta Aristoteles uskoi luovan prosessin olevan selitettävissä ympäröivillä olosuhteilla. 1950-luvulla B.F. Skinner ajatteli luovuuden pohjautuvan pelkästään sattumaan ja geneettisen ympäristön tekijöihin. Myös Sigmund Freud nojaa väitteessään biologiaan: hänen mukaansa yksilön luovuus syntyy sisäisistä tyydyttymättömistä biologisista tarpeista. Kapeakatseiseksi kritisoidun Freudin teorian mukaan luovuus kuuluu vain taiteilijoille, jotka eivät muiden ”normaalien” aikuisten tavoin ole valmiita päästämään irti lapsuuden leikeistään ja luovista fantasioistaan. (Uusikylä, 2012, 23-33.)

Nykyaikainen luovuustutkimus lähti liikkeelle vuonna 1950 Joy P. Guilfordin psykologeille pitämästä puheesta, jossa hän osoitti luovuuden olleen täysin unohdettu aspekti tutkimuskentällä. Vuosisadan alun tutkimukset olivat luovuuden sijaan keskittyneet älykkyyden ja lahjakkuuden teemoihin. Vuosina 1927-1950 tehdyistä 121 000 tutkimuksesta vain 186 viittasi millään tavoin luovuuteen tai siitä johdettuihin käsitteisiin. (Hakala, 2002, 99.) Guilfordin herättämän keskustelun myötä alkoi nopeatempoinen luovuuden teoreettisen määritelmien kehittäminen, mikä synnytti kirjavan joukon luovuuden terminologiaa: luova asenne, luova motivaatio, luova toiminta, tieteellinen luovuus ja näin edelleen. Luovuuden tutkimuksessa voidaan käyttää kaikkia edellä mainittuja käsitteitä, mutta ne sisältävät kukin oman erityisvivahteensa. (Heikkilä, 1982, 1.)

Guilford itse teoretisoi luovuuden olevan divergenttiä ajattelua, joka kykenee tuottamaan useita erilaisia ratkaisuja, konvergentin ajattelun eli yhteen oikeaan ratkaisuun pyrkimisen sijaan. Divergentti ajattelu Guilfordin mukaan on sujuvaa, joustavaa, ideoita kehittelevää sekä omaperäistä. Tilastomatematiikasta tutkimussuuntaa edustanut Guilford kehitti myös kuvioiden täy-

dentämiseen perustuneen divergentin ajattelun luovuustestin. Testiä kritisoitiin sen yksipuolisuudesta ja vielä nykypäivänkään luovuutta mittaavia testejä ei pidetä yleisesti luotettavina. (Uusikylä, 2012, 20-21, 55.)

Luovuuden teoretisointi ei ole aivan mutkatonta, sillä taustalla vaikuttavat tutkijoiden filosofiset perusnäkemykset (Ruth, 1984, 15). Mikäli luovuus käsitetään jatkuvana yksilöllisenä prosessina, jolla on ääretön määrä variaatioita, yleispätevien lainalaisuuksien tekeminen on mahdotonta ja näin ollen myös ennustettavuus kärsii. Vaikka luovuuden tutkimuksessa onkin puutteensa ja rajoituksensa, kutsutaan ilmiötä selittämään pyrkiviä käsityksiä teorioiksi. (Heikkilä, 1982, 5.) Seuraavassa esittelen kaksi luovuuden teoriaa, joista ensimmäinen komponenttiteoria keskittyy luovaan persoonaan ja jälkimmäinen luovaan prosessiin sekä sen tuottamaan tuotteeseen.

2.2.1 Amabilen komponenttiteoria

Amabilen luovuuden komponenttiteorian mukaan luovuus vaatii yksilöltä kolmen osatekijän samanaikaista olemassaoloa yhdistettynä luovalle toiminnalle otolliseen sosiaaliseen ympäristöön. Nämä kolme osatekijää ovat alakohtaiset taidot, luovuutta ylläpitävät prosessit sekä hyvä työmotivaatio. Alakohtaiset taidot pitävät sisällään kaikki ne tiedot, kyvyt ja erityisosaamiset, joita yksilö tarvitsee luovan työnsä toteuttamiseen käytännössä. Luovuutta ylläpitävät prosessit ovat kognitiivisia tyylejä, joiden avulla tekijä löytää uusia kulmia lähestyä ongelmaa. Ne ovat myös yksilön persoonassa ja työtavassa olevia vahvuuksia. Vaikka yksilö olisi teknisiltä taidoiltaan huippuosaaja, hän ei kykene tuottamaan luovaa materiaalia, mikäli luovuutta ylläpitävät taidot puuttuvat häneltä. (Amabile, 1983; 1990, 76-79.)

Kolmas luovuutta synnyttävä osatekijä on sisäinen motivaatio. Joissain tapauksissa motivaatio nähdään tärkeimpänä näistä kolmesta elementistä, sillä ilman motivaatiota tekijä on kiinni alakohtaisten taitojensa ja luovuutta ylläpitävien prosessiensa rajoissa. Sisäinen motivaatio vie työskentelyn Amabilen sanojen mukaan tasolta ”what she can do” tasolle ”what she will do”. (Amabile, 1983; 1990, 76-79.)

Komponenttiteoria on mielestäni onnistunut kuvaamaan yksilön vastuuta oman luovan prosessinsa ylläpitämiseksi. Musiikin harrastajien keskuudessa tuntuu toisinaan vellovan usko suureen mystiseen inspiraatioon jota staattisesti odotellessa harvoin syntyy luovia oivalluksia.

2.2.2 Taylorin luovan prosessin teoria

Vuonna 1959 Taylorin hahmottelemassa teoriassa on viisi tasoa joilla luova prosessi kulkee. Ilmaisutasolla tekeminen on spontaania ja ilmaisultaan vapaata, tästä esimerkkinä lasten piirrokset. Ilmaisutasoa seuraa produktiivinen taso, jossa tehtävän tuotteen laadulle on jokin vaatimustaso. Erona edelliseen tasoon on, että tekijä kykenee kontrolloimaan ja jäsentämään ilmaisuun. Ensimmäinen ja toinen taso ajoittuvat lapsuuteen ja alakouluikään. Tätä selittää lasten välittömyys sekä kykenemättömyys olla kontrolloimatta liiaksi itseään.

Kolmas taso on keksimistaso, jossa jo omaksuttua materiaalia käytetään uusin tavoin. Tällainen luovan ajattelun malli on mahdollista kehityksellisesti saavuttaa alakoulun ylimmillä luokilla ja yläkouluiässä. Kolmannella tasolla ajattelu on omaperäistä ja kekseliästä. Taylorin teorian neljännellä uudistustasolla tekijä kykenee jo divergentisti muotoilemaan uudelleen perinteisiä ja perustavaa laatua olevia ajatuksia. Korkein luovan prosessin taso vaatii yksilöltä täysin omaileimaista ajattelua ja kykyä synnyttää ennennäkemättömiä tuotteita. (Liikanen, 1974, 112-114, 119.)

Tutkimuksessaan Taylor huomauttaa, että usein ihmisillä on mielessään viides uusien produktien tai ajatusten syntymistaso kun he puhuvat luovuudesta. Tämä taso on kuitenkin niin harvinaisen, että usein luovaa käyttäytymistä kartoittavat tutkimukset ovat sisällyttäneet tutkimukseensa myös Taylorin esittelemät alemmat luovuuden tasot. (Torrance, 1988, 46.) Kappaleessa 2.1 mainittuun Wallasin (1926) jäsentämään luovan ajattelun prosessin pohjaten Taylorin jokaisella luovuuden tasolla tavataan valmistelu-, kehitys-, keksintä- ja todentamisolue. (Liikanen, 1974, 113.)

Mielestäni haasteellista Taylorin teoriassa on, että se olettaa luovan prosessin tuottavan aina produktin. Teorian vahvuutena näen, että se esittelee luovuuden asiana joka on kehittyvä ominaisuus ja opittava taito.

3 Minäkuva

Minäkuvan tarkan käsitteellistämisen haastavaksi tekee tutkijoiden moninaiset sanavalinnat ja määritelmät minuuteen liittyvässä sanastossa. Suomenkielessä minäkäsitys ja minäkuva nähdään samaa tarkoittavina, joskin kaikki tutkijat eivät tätä hyväksykään. (Aho, 1996, 9.) Jotkin kirjoittajat käyttävät minuutta ja identiteettiä synonyymeinä toisilleen, mutta esimerkiksi Ojanen määrittää identiteetin olevan yksi minuuden alakäsitteistä (Saastamoinen, 2006, 170; Ojanen, 1994, 31). Oman haasteensa tutkimuksien keskinäiselle tarkastelulle tuo muiden kielten sisältämät sävyerot minuuteen viittaavissa sanoissa: Harter mainitsee yksitoista self-alkuista käsitettä, joilla jokaisella on oma merkityksensä (Harter, 1999, 3).

3.1 Identiteetti, minäkuva ja itsetunto

Ihmisen minuus on monikerroksinen prosessi joka koostuu kaikista hänen kokemuksistaan, tiedoistaan, taidoistaan ja arvoistaan. Minä on sekä tekijä että tekemisen kohde. (Ojanen, 1994, 25, 28-29). Suomalaisissa minuutta käsittelevissä tutkimuksissa paljon siteerattu Ojanen (1994) erottaa minän kolmeen osaan: identiteettiin, minäkuvaan ja itsetuntoon.

Identiteetti kuvaa toisaalta yksilöllisyyttä ja sitä kuka minä olen, mutta myös yhteenkuuluvuutta ja sitä mihin minä kuulun. Usein identiteettiä määrittävät esimerkiksi sosiaalinen asema ja sosiaaliset suhteet, kuten olla ammatiltaan opettaja tai rooli äitinä. (Ojanen, 1994, 31-33.) Ihmisen tarve tutkia identiteettiään syntyy tyypillisesti kun hän ei tiedä kuka on yksilönä tai mihin yhteisöön hän kuuluu (Saastamoinen, 2006, 173).

Identiteettiä laaja-alaisempana käsitteenä ymmärrettävä *minäkuva* on ymmärrys siitä millainen minä olen ja millaiseksi tunnen itseni (Ojanen, 1994, 36). Minäkuva rakentuu kokonaisuudeksi yksilön toiminnoista, päämääristä ja ominaispiireistä (Keltikangas-Järvinen, 2017, 117). Ihmiset voivat kuvata itseään tarkasti monenlaisin adjektiivein, mutta on hyväksyttävä, että selkeää minäkuvaa tuskin on olemassakaan. Roolit työyhteisössä, kotona ja harrastuksissa luovat roolisidonnaisia minäkuvia, jotka auttavat meitä säätelämään toimintaamme erilaisissa tilanteissa. (Ojanen, 1994, 39.)

Minän kolmas osa on *itsetunto*, joka jakaantuu kolmeen osatekijään: minätietoisuuteen, itsearvostukseen ja itsetuntemukseen. Nämä osatekijät ovat minän ”työvälineitä”, joilla minä hankkii tietoa itsestään suhteessa muihin. (Ojanen, 1994, 31.) Minätietoisuus eli kyky havaita minän olemassaolo kehittyy vuorovaikutuksessa muiden kanssa lapsen ollessa parin vuoden ikäinen. Ihminen tulee minästään tietoiseksi erityisesti valintatilanteissa, joissa joudumme miettimään toimintamme seurauksia. Minätietoisuutta synnyttää myös esimerkiksi oman äänen kuuleminen tai oman peilikuvan näkeminen. (Ojanen, 1994, 42-43.)

Itsearvostus on kokemus siitä, että olen arvokas ja hyväksyn itseni (Ojanen, 1994, 51). Itseensä positiivisesti suhtautuva kykenee hyväksymään myös toiset ihmiset, ollen samalla kuitenkin sosiaalisesti riippumattomia. Itsearvostus näkyy usein myös luovuutena ja luottona omaan arviointikykyyn. Omiin ideoihin ja kykyihin epäileväisesti suhtautuvalla ihmisellä voidaan sanoa olevan heikko itsearvostus. Nämä henkilöt vetäytyvät sosiaalisissa tilanteissa ja kiinnittävät liiaksi huomiota omiin vaikeuksiinsa. (Coopersmith, 1967, 3-4; Korpinen, 1990, 12.)

Hyvän itsetuntemuksen omaava henkilö puolestaan saa tulkinnoilleen itsestään vastakaikua sosiaalisissa suhteissaan, mikä vahvistaa kokemusta itsensä tuntemisesta (Ojanen, 1994, 42). Itsetuntemus mahdollistaa realistisen tavoitteiden asettelun, jonka myötä yksilö voi saada kokemuksia onnistumisesta ja pystyvyydestään (Korpinen, 1990, 15).

Kandidaatintutkielmassani keskityn minäkuvan käsitteeseen, mutta osaksi rinnakkaisten käsitteiden sekä minäkuvan ja luovan tuottamisen välisien yhteyksien verrattain vähäisen tutkimuksen vuoksi laajennan katsontakulmaani hetkittäin myös identiteettiin ja itsetuntemukseen.

3.2 Minäkuvan muodostuminen

Ihmisen minäkuva on nykykäsityksen mukaan elämänmittaisen oppimisen tulos. Lapsen oppiessa lukemaan, hän vahvistaa kokemusta omasta pystyvyydestään ja oppii samalla itsestään. Vuorovaikutus toisten kanssa on tärkeää minäkuvan muodostumiselle. Ahon mukaan muilta saatu palaute ja heidän käyttäytymisensä havainnointi on suurin vaikuttaja ihmisen minäskemaan. Myös pääasiassa perityillä ominaisuuksilla kuten temperamentilla on vaikutusta minäkuvan kehityksessä. (Aho, 1996, 26.)

Lapsen tietoisuus itsestään alkaa herätä kun hän ymmärtää pystyvänsä vaikuttamaan ympäristönsä ihmisiin noin 1-2 vuoden iässä. 3-vuotias käyttää jo itsestään minä-sanaa, mutta hänen

minäkuvansa ei ole vielä realistinen tai jäsentynyt. (Aho, 1996, 26-27.) 3-4 vuoden ikä on tosin tärkeä, sillä Eriksonin mukaan lapsen itseluottamus syntyy tuolloin (Erikson, 1962, 247).

5-7 vuoden iässä lapsi tuntee jo olevansa osa ympäröivää sosiaalista piiriä. Hänen minänsä kehitykseen vaikuttavat perheen lisäksi muut ympäristön aikuiset ja vertaistoverit. Lapsi kykenee jo kuvailemaan itseään kertoen nimensä lisäksi ulkonäöllisistä ominaisuuksistaan sekä siitä, mitä hänelle on tapahtunut. Lapsen kielellinen ilmaus tarkentuu 8-9-vuotiaana ja hän pystyy yhä tarkemmin kuvailemaan itseään ja muita. (Keltikangas-Järvinen, 2017, 131-132.)

Nuoruusiän tärkein tehtävä on Eriksonin psykososiaalisen kehityksen teorian mukaan identiteetin muodostuminen ja minän jatkuvuuden ymmärtäminen. Nuoren tulisi kehityskriisissään päästä selville siitä kuka hän on ja millaiseksi hän on kasvamassa. Tämän vuoksi nuoruus onkin usein jatkuvaa erilaisten roolien ja samaistumiskohteiden sovittamista omaan maailmankuvaan. Mikäli identiteetti ei jäsenny, seuraa roolihajaannuksesta hämmennys, eikä nuori kykene selviämään Eriksonin teorian varhaisaikuisuuden kehitystehtävästä muodostaa vastavuoroisia ihmissuhteita. (Ojanen, 1994, 34-35.)

Lopputuloksena lapsuudesta alkaneesta kehityksestä on aikuisena saavutettava pysyvä tunne minuudesta. Minäkuva jatkaa aikuisuudessa edelleen kehitystä, eikä kriiseiltäkään voi välttyä, mutta ehyt minä selviää eteen tulevista ongelmista. Aikuisuuden kypsä minä on tasapainossa itsensä kanssa ja kykenee suhtautumaan tulevaisuuteen avoimesti. Itsenäisyys aikuisuudessa näkyy sopeutumisena yhteisön normeihin niin, että säilyttää kuitenkin yksilönä ominaispiirteensä, eikä koe jatkuvaa tarvetta verrata itseään muihin. (Keltikangas-Järvinen, 2017, 142-143.)

3.3 Minäkuvan merkitys

Ihmisen minäkuva heijastuu usein eri tavoin elämässä ja ihmissuhteissa. Se määrittää käyttäytymistämme, sillä toimimme sen käsityksen mukaan mikä meillä on itsestämme, emmekä aina todellisella potentiaalillamme. Minäkuvan tehtävä on myös pitää yllä psyykkistä tasapainoa: yksilö valikoi minäkäsityksensä mukaista tietoa ympäristöstään ja luo näin sisäistä tunnetta johdonmukaisuudesta. Minäkuva määrittää myös ihmisen odotuksia tulevaisuudestaan. Tämä vaikuttaa hänen elämänsä koskeviin käytännön valintoihin kuten rohkeuteen tavoitella unelma-ammattiaan. (Aho, 1996, 11-12.)

4 Musiikillinen luova tuottaminen ja minäkuva

Lasten ja nuorten musiikkiharrastuksella on huomattu olevan selviä yhteyksiä heidän minäkuvaansa ja minäpystyvyyksikseen (Juvonen, Lehtonen & Ruismäki, 2012, 23). Myös musiikkiterapeuttien keskuudessa musiikillinen luova tuottaminen on tunnettu identiteettityön ja eheän minäkuvan vahvistamisen työvälineenä jo vuosia (Baker & MacDonald, 2017, 437). Tästä huolimatta tutkimus musiikin luovan tuottamisen vaikutuksesta minäkuvaan on määrällisesti vähäistä. Seuraavissa luvuissa teen katsauksen aiheesta tähän mennessä tehtyihin tutkimuksiin.

4.1 Musiikillisen luovan tuottamisen määritelmä

Musiikillinen luova tuottaminen on muun muassa säveltämistä, laulunkirjoittamista ja musiikillista keksintää (Partti & Ahola, 2016, 9). Perinteisessä produktikeskeisessä säveltämisessä säveltäjä on mielletty kouluttautuneeksi huippuammattilaiseksi, mutta musiikkikasvatukselle yleinen näkemys säveltämisestä on ollut vapaa ja jokaisen saavutettavissa oleva säveltäjäyys. Laajasti ajateltuna säveltäminen on mitä tahansa toimintaa, jossa keskiössä on musiikillisesti järjestetyt äänet ja niiden luova käyttö. Tällainen toiminta voi synnyttää valmiin musiikkikapaleen, mutta se on myös prosessina merkityksellinen. (Ojala & Väkevä, 2013, 10-11.) Näin ollen myös musiikillinen improvisointi nähdään säveltämisen ohella tasaveroisena luovan tuottamisen menetelmänä.

Luova tuottaminen mainitaan musiikin valtakunnallisissa opetussuunnitelmissa Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa 2014 ja Lukion opetussuunnitelman perusteissa 2015. Myös Taiteen perusopetuksen laajan oppimäärän opetussuunnitelman perusteet 2017 ohjaa musiikin perusopinnoissa kannustamaan oppilasta improvisointiin ja säveltämisen alkeisiin. POPS 2014 on kirjannut musiikin oppiaineen tehtäväksi edellytysten luomisen monipuoliseen musiikilliseen toimintaan sekä aktiiviseen kulttuuriseen osallisuuteen kannustaminen. Yhtenä tavoitteena nähdään oppilaan ohjaaminen luovan musiikkisuhteen rakentamiseen improvisoiden, sovittoa ja säveltäen. Nämä luovan tuottamisen taidot linkittyvät myös laaja-alaisen osaamisen tavoitteisiin, joita ovat ajattelu ja oppimaan oppiminen, kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu sekä työelämätaidot ja yrittäjäyys. (POPS, 2014, 422; LOPS, 2015, 211; TOPS2017, 48.)

4.2 Musiikillisen luovan tuottamisen vaikutukset minäkuvaan

”Jokainen tehty laulu on identiteettiprojekti säveltäjälleen”, kirjoittavat laulunkirjoittamisen te-
rapeuttisuutta tutkivat Baker ja MacDonald (2017, 436). Heidän mukaansa kaikki laulut, jopa
nekin jotka eivät lyriikaltaan kerro lauluntekijän henkilökohtaista tarinaa, voidaan nähdä teki-
jän identiteettiä heijastavaksi ja rakentavaksi. Sanat ja sävelet ovat perustavanlaatuisesti osa
lauluntekijän minuutta ja kaikki hänen tuottamansa resonoi jollain tavoin hänen omaa maail-
mankuvaansa. (Baker & MacDonald, 2017, 443.) Sippola tiivistää asian seuraavasti: ”Jos minä
teen laulun sinusta, kertoo se silti minusta, koska kirjoitan sen omasta katsontakannastani ja
kokemusmaailmastani käsin” (Sippola, 2017, 33).

Suomalaisten musiikintekijöiden ajatuksia laulunkirjoittamisesta avaavassa Miten lauluni syn-
tyvät? –kirjassa myös laulaja-lauluntekijä Chisu (Christel Sundberg) nostaa kokemuksen mi-
nuudesta keskiöön puhuttaessa laulujen synnystä.

Minä en tiedä mistä laulut tulevat, sillä minulle säveltäminen tai kirjoittaminen ei
ole koskaan tietoisista tai laskelmoitua... Sen kuitenkin tiedän, että lauluntekemi-
seni liittyy suuresti siihen mitä juuri sillä hetkellä olen: Mitä olen kokenut, elä-
mästä oppinut ja ympäröivästä maailmasta sisäistänyt? Mitä ajattelen maailmasta,
mitä tunnen ja missä kohtaa kuljen elämäni aikajanalla? Mikä on minun todelli-
suuteni ja totuuteni? (Sundberg, 2017, 41.)

Vahva minuuden kokemuksen arvostaminen näkyy myös siinä, kuinka laulaja-lauluntekijät ar-
vottavat totuudenmukaisuutta tuottamassaan materiaalissa. Brackettin (2008) mukaan laulaja-
lauluntekijät kokevat totuuden paljon merkittävämpänä kuin esimerkiksi lohdun tarjoamisen tai
totuuden piilottamisen. Riisuessaan musiikista valheellisuuden, lauluntekijät kohtaavat aidon
itsensä ja kommentoivat sitä musiikillaan. (Brackett, 2008, 2.) Itselle rehellinen ilmaisu kehittää
yksilön itsetuntemusta ja voi saada aikaan suuriakin oivalluksia omasta minuudesta. Musiikin
luova tuottaminen, mutta myös kaikenlainen muu taiteellinen ilmaisu voi nostaa esiin piilossa
olleita voimavaroja kuten kykyä näyttää herkkyyttä tai osoittaa rakkautta. (Ahonen, 1994, 19-
20.)

Löytöretkellä omaan minuuteen ihminen voi löytää myös yllättäviä negatiivisia asioita kuten
pelkoa ja tunnetta hallitsemattomuudesta. (Ahonen, 1994, 19-20.) Vuosisatoja elänyt kärsivän
taiteilijan myytti lieneekin osin totta, sillä parhaimmillaan musiikintekijät onnistuvat kääntä-

mään haastavimmatkin tunteensa laulujensa parhaaksi kohdatessaan kipeitä aiheita ja epämu-kavia kohtia itsessään. Tämä tosin voi luoda haasteensa lauluntekijän minäkuvan kehitykselle mikäli itsensä haastaviin henkisiin tai konkreettisiin tilanteisiin saattaminen on jatkuvaa. Tois-tuva oman työn kriittinen kyseenalaistaminen ja itsensä provosoiminen syviin vesiin voi toimia laulujen polttoaineena, mutta vaikeuttaa eheän minäkuvan kehittymistä. (Beech, Gilmore, Hibbert & Ybema, 2016, 512.)

Jotta oma itseys saa parhaan väylän toteutua musiikillisessa luovassa tuottamisessa on siihen pyrittävä suhtautumaan ei-välineellisesti ja ilman valtavia odotuksia. Tällöin musiikki voi tuoda syvällistä sisäistä tyydytystä ollen ensisijaisesti itselle elämänmittainen voimavara. Ulkoisten tekijöiden sanellessa musiikillisen tuottamisen sisällön, kadottaa tekijä kosketuksensa musiikil-liseen minuuteensa ja näin ollen autenttisen ilmaisunsa. (Kurkela, 1993, 351-353.) Mikäli luova tuottaminen ei ole itsestä lähtöisin, ei näin ollen voida olettaa sen toimivan itsetuntemusta ja minäkuvaa vahvistavana toimintana. Laulaja-lauluntekijä Olavi Uusivirta kommentoi Musii-kintekijä-lehden numeron 4/2017 haastattelussa kokemustaan omaehtoisuuden tärkeydestä ja ulkoisten vaateiden hylkäämisestä seuraavasti:

Kun pääsin rähmältäni hangesta pystyyn, suhtautumiseni lauluntekijyyteen muut-tui. Vapauduin ajatuksesta, että teen lauluja miellyttääkseni jotain ulkopuolista vastaanottajaa. Tajusin, että en tee lauluja levy-yhtiötä, kritikoita, radion musiik-kipäälliköitä tai satunnaista kuulijaa varten, vaan teen lauluja, koska en pysty ole-maan tekemättä niitä. Ymmärsin, että minun on tehtävä laulut itseäni varten tai jätettävä ne kokonaan tekemättä. (Musiikintekijä-lehti & Uusivirta, 2017.)

Musiikillisten kappaleiden tuottamisen lisäksi identiteetin kehitykselle merkittävää on huo-mattu olevan tehtyjen sävellysten jakaminen ja esittäminen. Itse tehtyä kappaletta esitettäessä säveltäjä paljastaa yleisölle jotain merkityksellistä minuudestaan. Saatu positiivinen palaute li-sää itsearvostusta, millä on suoria vaikutuksia tekijän minäkuvaan. Omien kappaleiden esittä-minen yleisölle voi myös saada aikaan lauluntekijälle itselleen kokemuksen kuulluksi tulemi-sesta. (Baker & MacDonald, 2017, 446.) Koska minäkuva muodostuu osaltaan myös muilta saadun palautteen kautta, on tällainen hyväksyvä yhteyden kokemus tärkeä omaa paikkaansa etsivälle yksilölle (Aho, 1996, 26; Derrington, 2005, 69).

Vahvasti omasta minuudesta lähtevän ilmaisun ja musiikillisten kappaleiden esittämisestä saa-tuun palautteeseen liittyy kuitenkin vaara vääranlaiseen itsekritiikkiin ja negatiiviseen minäku-vaan. Toisinaan musiikintekijöiden voi olla haastavaa erottaa itseään luomastaan teoksesta.

Kuulijoiden arvostelun kohdistuessa musiikilliseen materiaaliin, saattaa tekijä kokea sen kriittikinä omaa persoonaansa kohtaan. (Arjas, 2014, 65-66.) Tämä on sudenkuoppa, jonka epäilemättä jokainen musiikkiaan esittävä ammattilainen ja harrastaja joutuu käsittelemään. Oman kokemukseni mukaan tunteen käsittely kasvattaa itsetuntemusta ja –arvostusta, mutta tilanteesta selviäminen vaatii jo lähtökohtaisesti eheää minäkuvaa.

Mutta miksi kaikista musiikillisen luovan tuottamisen muodoista juuri lauluntekeminen nousee erityisesti esiin luovuuden ja minäkuvan yhteyksistä tehdyissä tutkimuksissa? Bakerin ja MacDonaldin (2013) yliopisto-opiskelijoille tekemän tutkimuksen mukaan lauluja tehneet opiskelijat kokivat eniten omistajuutta ja pitivät merkityksellisempänä itselleen kappaleita, jotka he olivat itse sekä säveltäneet että sanoittaneet. He kokivat kokonaan itse tehtyjen kappaleiden heijastavan enemmän heitä itseään ja identiteettiään. Tutkimuksessa huomattavasti vähemmän omistajuutta koettiin pelkkien lyriikoiden kirjoittamiseen ja jonkin tunnetun kappaleen uudelleen tekstittämiseen. (Baker & MacDonald, 2013, 7, 9, 13.) Musiikkiterapia selittäisi tulosta sillä, että terapeutin kokemus syvenee, mitä useammalla luovuuden osa-alueella yksilö käsittelee samaa aihetta (Aho, 1994, 70). Laulukirjoittamisen vahvuudeksi minäkuvan rakentajana voidaankin siis nähdä sen monitaiteisuus sanojen ja sävelten muodossa sekä vahvasti tekijän minuudesta lähtevä ilmaisu (Baker & MacDonald, 2017, 449).

Musiikillisen luovan tuottamisen työskentelytapoja ei tulisi kuitenkaan laittaa paremmuusjärjestykseen, sillä yksilöiden mielenkiinnon kohteet ja identiteettityön tarpeet ovat erilaisia. Improvisoinnin vahvuutena voidaan nähdä sen rajattomuus itseilmaisun välineenä. Musiikkiterapeutit ovat huomanneet vapaan ryhmäimprovisoinnin tuottavan merkityksellisiä ilmaisukokemuksia, vaikka se vaikuttaisi näennäisesti jäsentymättömältä eri melodioiden samanaikaisuuksineen. (Pothoulaki, MacDonald & Flowers, 2012, 64.) Laulutekstien ja melodioiden improvisointi on myös tehokas tapa ilmaista ja päästä käsiksi juuri tässä hetkessä oleviin tunteisiin. (Derrington, 2005, 75).

Edellä esitettyjen tutkimusten perusteella voisi siis ajatella, että musiikillisen luovan tuottamisen vahva yhteys tekijän minuuteen on omiaan herättämään tekijässä minätietoisuutta ja sen kautta sekä itsetuntemusta että itsearvostusta. Ojasen (1994) mukaan nämä kolme taitoa ovatkin minän työvälineitä, joiden avulla minäkuva, identiteetti ja itsetunto rakentuvat. Myös musiikillisen luovan tuottamisen pääraaka-aine luovuus sisältää tekijältään vaatimuksen vapaasta ja ra-

joja pelkäämättömästä ajattelusta. Luova mieli näkee ympärillään myönteisiä haasteita, suhtautuu avoimesti erilaisiin vaihtoehtoihin ja voi näin kasvaa yksilönä aidosti omaksi persoonakseen (Kurkela, 1997, 405).

5 Pohdinta

Lukemieni tutkimusten ja teoreettisen viitekehysten valossa tiivistän kandidaatintutkielmani aiheen seuraavaan väittämään: luova toiminta on itseilmaisua, joka eri taiteenmuotojen kautta tekee näkyväksi yksilön minuutta ja näin muovaa hänen minäkuvaansa. Lauluntekeminen, säveltäminen ja improvisointi ohjaavat yksilön luovan prosessin ja produktin avulla kohtaamaan minuudestaan nousevia teemoja. Luovan työskentelyn pintaan nostamat asiat voivat olla esimerkiksi tulevaisuuden haaveita, alitajuntaisia pelkoja tai asioita yksilön henkilöhistoriasta. Minäkuvan kehittymisen kannalta merkityksellisenä näen, että yksilö tulee tietoiseksi itsestään, kohtaa haastaviakin asioita minuudestaan ja kasvattaa näin itsetuntemustaan.

Omaan minäkuvaani koen laulujen tekemisen vaikuttaneen suuresti. Se mitä ajattelen itsestäni ja osaamisestani on selkiytynyt lauluntekijämatkani ohella. Uskon sen johtuvan siitä, että laulujeni kautta olen päässyt tarkastelemaan itseäni ja tekemiäni valintoja hetkittäin kuin ulkopuolisen silmin. Laulutekstien kirjoittaminen on myös asettanut minut jatkuvasti tilanteeseen, jossa on täytynyt pohtia omia arvojani, sitä kuinka rehellinen uskallan tai haluan olla ja minkälaista maailmankuvaa haluan lauluillani välittää. Omien rajojen ja arvojen tunnistaminen on minäkuvaan ohella vaikuttanut myös tapaani ilmaista itseäni sosiaalisissa tilanteissa: uskallan tulla nähdyksi ja kertoa oman mielipiteeni, sillä tiedän mitä asioita haluan toiminnallani kannattaa. Tämä vastaa myös Uusikylän (2012) tekemää määritelmää luovien persoonien riippumattomuudesta ja uskalluksesta olla paikoittain epäsovinnainen.

Allekirjoitan Brackettin (2008) tutkimustuloksen lauluntekijöiden ensisijaisesta pyrkimyksestä rehellisyyteen ja Kurkelan (1993) ajatuksen vapaan autenttisen ilmaisun merkityksestä ilman ulkopuolisia määrittäjiä. Tosin kokemukseni mukaan vielä minäkuvaansa muodostavan yksilön ei ole usein helppoa selkeästi määrittää mikä todella on itsestä lähtevää tulkintaa ja mikä ulkoa tulevien odotusten täyttämistä. Löytääkseen oman minuutensa rajat musiikintekijän on toisinaan testattava erilaisia rooleja siellä ja täällä. Tämä on mielestäni hyvin verrattavissa nuoruusiän kehitysvaiheeseen, jossa samaistumiskohteita etsitään jatkuvasti oman identiteetin vakiinnuttamiseksi.

Ottaessani selvää luovuudesta kokonaisuutena samaistuin Csikszentmihályin (1997) ajatukseen luovien yksilöiden kyvystä käyttää persoonallisuutensa eri puolia luovan työskentelynsä ylläpitämiseksi. Itseasiassa kyseisen mallin kaikki kymmenen adjektiiviparia tuntuivat samaistut-

tavilta ja antoivat selityksen oman luovan prosessini vastakohtaisuudelle: toisaalta janoan tapahtumia ja ihmisiä ympärilleni, mutta kääntöpuolena tälle vietän paljon aikaa kotini hiljaisuudessa pohtien kaikkea ympäröivää elämää. Luovaa prosessia, saati produktia tuskin olisi jos toinen näistä puolista puuttuisi.

Kandidaatintutkielmassani esitettyjen tutkimusten perusteella luovan musiikillisen tuottamisen kautta tapahtuva minäkuvan kehitys vaikuttaa olevan hyvin henkilökohtainen ja toisinaan kiipeäkin prosessi. Mieleeni nousee kysymys, kuinka voin opettajana tukea tätä yksilöllistä oppilaan identiteettityötä joka tapahtuu lähes näkymättömissä? Vastaus löytynee luovuuden neljästä osatekijästä kohdasta ympäristö. Kuten Kurkela toteaa, opettajan tehtävä koulussa on järjestää turvallinen ja virikkeellinen luova tila, jossa oppilas saa rauhassa etsiä omia oivalluksiaan (Kurkela, 1993, 405). Myös Amabilen (1983) komponenttiteoria painottaa, että alakohtaisten taitojen, luovuutta ylläpitävien prosessien ja hyvän työmotivaation lisäksi luovuus tarvitsee sosiaalisen ympäristön, jossa uudet ideat ja rohkeatkin kokeilut hyväksytään. Kritiikki, kiireentuntu ja konservatiivinen asenne tyrehtyttää luovuuden, kun taas yksilölle annetut positiiviset haasteet ja innostava ilmapiiri tukevat luovaa persoonaa. (Amabile, 2013, 136.)

Vaikka musiikillisen luovan tuottamisen yhteys minäkuvaan ja identiteettiin on myönnetty esimerkiksi musiikkiterapeuttien keskuudessa jo pitkään (Baker & MacDonald, 2017, 437), ei tutkimuksia musiikintekemisen vaikutuksista nimenomaan minäkuvaan ole löydettävissä juuriakaan. Suomenkielisistä tutkimuksista lähimmäs pääsee Lindelän (2016) maisterivaiheen työ ”Säveltämisen vaikutus musiikillisen identiteetin kehittymiseen ammattimuusikoiden ja 5–6-luokkalaisten kertomana”, sekin tosin keskittyy yleisen minäkuvan sijaan musiikilliseen identiteettiin. Kansainvälistä tutkimusta aiheesta löytyy musiikkiterapian näkökulmasta. Niissä luovan tuottamisen menetelmistä lauluntekeminen korostuu terapeuttisena ja identiteettiä jäsentävänä prosessina tekijälleen. Aiheesta tehdyissä tutkimuksissa tekijöinä toistuvat usein Baker ja MacDonald tutkimusryhmineen.

Vähäinen tutkimus minäkuvan ja musiikillisen luovan tuottamisen yhteydestä asettaa haasteen kandidaatintutkielmani luotettavuuden arvioinnille. Mikäli aiheesta olisi olemassa laajempi otanta spesifiä tutkimusta, olisi tutkimusten tuloksia helpompi arvioida kokonaisuutena. Käyttämäni lähteet ovat kuitenkin vertaisarvioituja ja korkeatasoisten yliopistojen sekä joulalalien julkaisemia. Kandidaatintutkielmassani huomattu musiikillisen luovan tuottamisen ja minäkuvan yhteyden tutkimusten määrällinen niukkuus osoittaa myös, että tilaa jatkotutkimuksille olisi.

Mielestäni aihetta olisi kiinnostavaa tutkia jatkossa esimerkiksi sen kannalta, mitä musiikintekijät kertovat itse minäkuvastaan, kuinka he näkevät itsensä taiteilijoina, yksityishenkilöinä ja yhteisön jäsenenä sekä sitä, mitä luovan prosessin vaiheita he pitävät merkityksellisinä minäkuvan kehittymisen kannalta. Järjestämälläni Taustatarinaklubi-lauluntekijäklubilla on vierailut kuluneen kahden ja puolen vuoden aikana tähän mennessä 23 artistia Suomen eturivin muusikoista uraansa aloitteleviin lauluntekijöihin. Klubilla artistivieraat esittävät musiikkiaan ja haastattelen heitä heidän valitsemastaan aiheesta. Olen huomannut lähes jokaisen Taustatarinaklubilla vierailleen musiikintekijän taustastaan riippumatta pohtivan samoja kysymyksiä siitä, mikä todella on se ”oma ääni”, kenelle hän musiikkia tekee ja mikä on tasapaino omaehtoisen taiteilijan ja kaupallisen viihdyttäjän välillä. Koen näiden kaikkien kysymysten liittyvän vahvasti minäkuvaan sekä luovuuteen ja mahdollista onkin, että maisterivaiheentyössäni jatkan kandidaatintyöni aihetta Taustatarinaklubilta kerätyllä aineistolla.

Lähteet

- Aho, S. (1996). *Lapsen minäkäsitys ja itsetunto*. Helsinki: Edita.
- Alanko, T. (2017). *Sisäinen pakko*. Musiikintekijä-lehti 4/2017. Olavi Uusivirran haastattelu. Viitattu 26.4.2019. <https://musiikintekijat.fi/artikkeli/sisainen-pakko/>
- Arjas, P. (2014). *Varmasti lavalle : Muusikoiden esiintymisvalmennus* (1. p. ed.). Jyväskylä: Atena.
- Amabile, T. (1990). *Within You, Without You: The Social Psychology of Creativity, and Beyond*. Teoksessa Albert Runco (toim.), *Theories of creativity*. Newbury Park, Calif.: Sage Publications, 61-91.
- Amabile, T. (2013.) *Componential Theory of Creativity*. Teoksessa Eric H. Kessler (toim.), *Encyclopedia of Management Theory*. Sage Publications, Inc., 134-138.
- Baker, F. A., & MacDonald, R. A. R. (2013). *Flow, identity, achievement, satisfaction and ownership during therapeutic songwriting experiences with university students and retirees*. *Musicae Scientiae*, 17(2), 131–146.
- Baker, F. A., & MacDonald, R. A. R. (2017). *Re-authoring the self. Therapeutic Songwriting in Identity Work*. Teoksessa R. A. R. MacDonald, D. J. Hargreaves & D. Miell (toim.) *Handbook of musical identities*. Oxford: Oxford University Press. 436-452.
- Beech, N., Gilmore, C., Hibbert, P., & Ybema, S. (2016). Identity-in-the-work and musicians' struggles: the production of self-questioning identity work. *Work, Employment and Society*, 30(3), 506–522.
- Brackett, D. (2008). *Dark Mirror. The Pathology of the Singer-Songwriter*. Westport: Praeger Publishers.

- Cameron, J., & Pakkala, P. (2007). *Tie luovuuteen : henkinen polku syvempään luovuuteen* (6. p. ed.). Helsinki: Like.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco (Calif.): Freeman.
- Csikszentmihalyi, M. (1997). *Creativity : flow and the psychology of discovery and invention*. New York: HarperPerennial.
- Derrington, P. (2005). *Teenagers and songwriting: Supporting students in a mainstream secondary school. Songwriting: Methods, techniques and clinical applications for music therapy clinicians, educators and students*.
- Erikson, E. H. (1962). *Lapsuus ja yhteiskunta*. Jyväskylä: Gummerus.
- Hakala, J. T. (2002). *Luova prosessi tieteessä*. Helsinki: Gaudeamus.
- Harter, S., & Fischer, K. W. (1999). *The construction of the self : a developmental perspective*. New York: Guilford Press.
- Heikkilä, J. (1982). *Luovuustutkimuksen lähtökohtia*. Turku: Turun yliopiston kasvatustieteiden laitos.
- Juvonen, A., Lehtonen, K. & Ruismäki, H. (2012) *Musiikki vahvistaa uskoa omaan menestymiseen myös muissa aineissa. Musiikkiharrastus ja oppilaiden suhtautuminen koulun oppiaineisiin*. Musiikkikasvatus 15:1, 9-25.
- Keltikangas-Järvinen, L. (2017). *Hyvä itsetunto*. Helsinki: Werner Söderström osakeyhtiö.
- Korpinen, E. (1990). *Peruskoululaisen minäkäsitys = The self-concept of comprehensive school pupils*. Jyväskylä: Kasvatustieteiden tutkimuslaitos.
- Kurkela, K. (1993). *Mielen maisemat ja musiikki : musiikin esittämisen ja luovan asenteen psykodynamiikkaa*. Helsinki: Sibelius-akatemia.

- Kuusela, P., Korhonen, P., Valkonen, S., Pirskanen, H., Rautio, P., . . . Itäpuisto, M. (2006). *Minuus ja identiteetti : sosiaalipsykologinen ja sosiologinen näkökulma*. Tampere: Tampere University Press.
- Liikanen, P. 1974. Ihmisen luovuudesta ja sen kehittymisestä. Teoksessa Suomen kulttuurirahaston taidetyöryhmä (toim.) *Vaihtoehtona luovuus*. Hämeenlinna: Karisto osakeyhtiön laakapaino, 110–121.
- Lindelä, T. (2016). *Säveltämisen vaikutus musiikillisen identiteetin kehittymiseen ammattimuusikoiden ja 5–6-luokkalaisten kertomana*.
- Ojala, J., Ojala, J., & Väkevä, L. (2013). *Säveltäjäksi kasvattaminen : pedagogisia näkökulmia musiikin luovaan tekijyyteen*. Helsinki: Opetushallitus.
- Ojanen, M. (1994). *Mikä minä on? : minän rakenne, kehitys, häiriöt ja eheytyminen*. Kulju: [M. Ojanen].
- Opetushallitus 2014. *Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014*. Helsinki. https://www.oph.fi/download/163777_perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf. Luettu 11.4.2019.
- Opetushallitus 2015. *Lukion opetussuunnitelman perusteet 2015*. Helsinki. https://www.oph.fi/download/172124_lukion_opetussuunnitelman_perusteet_2015.pdf. Luettu 11.4.2019.
- Opetushallitus 2017. *Taiteen perusopetuksen laajan oppimäärän opetussuunnitelman perusteet 2017*. Helsinki. https://www.oph.fi/download/186920_Taiteen_perusopetuksen_laajan_oppimaaran_opetussuunnitelman_perusteet_2017.pdf. Luettu 11.4.2019.
- Partti, H., & Ahola, A. (2016). *Säveltäjyyden jäljillä : musiikintekijät tulevaisuuden koulussa*. Helsinki: Taideyliopiston Sibelius-Akatemia.

- Partti, H. (2016). *Sävellän – siis lennän*. Teoksessa H. Partti ja A. Ahola (toim.) *Säveltäjyyden jäljillä. Musiikintekijät tulevaisuuden kouluissa*. Helsinki: Taideyliopiston Sibelius-Akatemia. 21-34.
- Pothoulaki, M., MacDonald, R., & Flowers, P. (2012). An interpretative phenomenological analysis of an improvisational music therapy program for cancer patients. *Journal of Music Therapy*, 49(1), 45-67.
- Ruth, J-E., (1984). *Luova persoona, prosessi ja tuote*. Teoksessa R. Haavikko & J-E. Ruth (toim.) *Luovuuden ulottuvuudet*. Espoo: Weilin + Göös. 13-35.
- Saastamoinen, M. (2006). *Minuus ja identiteetti tutkimuksen haasteina*. Teoksessa P. Rautio & M. Saastamoinen (toim.) *Minuus ja identiteetti*. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy. 170-180.
- Sippola, L. (2017). *Tehdä maailmasta laulu : laulaja-lauluntekijän taiteilijakuva tradition ja tekijän näkökulmasta*.
- Sundberg, C. (2017). *Chisu*. Teoksessa E. Kauppinen (toim.) *Miten lauluni syntyvät?*. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura. 41-67.
- Torrance, E. P. (1988). *The nature of creativity as manifest in its testing*. Teoksessa R. J. Sternberg (toim.) *The nature of creativity : contemporary psychological perspectives..*. NY: Cambridge University Press. 43-48.
- Uusikylä, K. (2012). *Luovuus kuuluu kaikille*. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Uusikylä, K., & Piirto, J. (1999). *Luovuus : taito löytää, rohkeus toteuttaa*. Jyväskylä: Atena.